



<b>Итого за обед</b>			<b>20.97</b>	<b>19.11</b>	<b>48.55</b>	<b>450.32</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>32.59</b>	<b>34.37</b>	<b>120.29</b>	<b>881.22</b>	
<b>День 3</b>							
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с сыром	30/10	5.3	8.26	14.82	155	№3
	Каша рисовая						
	молочная	200	5.0	7.1	32.0	312.3	№311
	Кофейный напиток	200	3.6	2.67	29.2	155.2	№286
<b>Итого за завтрак</b>			<b>13.9</b>	<b>18.03</b>	<b>76.02</b>	<b>622.4</b>	
<b>Обед</b>	Суп картофельный с курицей	250	12	8.63	20.04	205.4	№35
	Сосиски отварные с тушеной капустой	50/150	4.51	7.35	0.36	87.7	№23
	Компот из св. яблок	200	4.36	12	33.21	258.24	№708
	Хлеб ржаной	30	0.16	0.16	23.88	97.6	№861
			1.98	0.36	10.2	52.2	№1
<b>Итого за обед</b>			<b>23.01</b>	<b>28.5</b>	<b>87.69</b>	<b>701.14</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>36.91</b>	<b>46.53</b>	<b>163.71</b>	<b>1323.54</b>	
<b>День 4</b>							
<b>Завтрак</b>	Омлет натуральный запеченный со свежим огурцом	58/50	5.39	9.6	11.02	112	№340
	Чай с лимоном	200	0.4	0.05	1.25	7.05	№
	Хлеб пшеничный	50	0.53	-	9.87	41,6	№299
			3.95	0.5	24.2	116.9	№2
<b>Итого за завтрак</b>			<b>10.27</b>	<b>10.15</b>	<b>46.34</b>	<b>277.55</b>	
<b>Обед</b>	Борщ обыкновенный с картофелем с курицей	250	11.53	11.28	17.4	217.32	№110
	Гуляш из говядины с гречневой кашей в сметанно-томатном соусе	80/150	5.47	9.2	3	132.67	№95
	Компот из сухофруктов	200	0.38	64.1	0.62	581.38	№219
	Хлеб ржаной	30	0.56	-	35.8	144.79	№283
			1.98	0.36	10.2	52.2	№1
<b>Итого за обед</b>			<b>19.92</b>	<b>84.94</b>	<b>67.02</b>	<b>1128.36</b>	
<b>Итого за день</b>			<b>30.19</b>	<b>95.09</b>	<b>113.36</b>	<b>1405.91</b>	
<b>День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с маслом	30/10	2.34	8.49	14.84	145.3	№61

<b>Завтрак</b>	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.34	8.49	14.84	145.3	№61
	Каша геркулесовая молочная	220	7,3	9,57	31,1	264,61	№405
	Чай с сахаром	200	0.53	-	9.87	41.6	№299
<b>Итого за завтрак</b>		<b>460</b>	<b>10,17</b>	<b>18,06</b>	<b>55,81</b>	<b>451,51</b>	
<b>Обед</b>	Рассольник Ленинградский со сметаной	250/10	208,8	5,37	12,77	122,33	№197
	Рыба жареная (минтай)с картофельным пюре, свежий огурец	100/180/20	15,28	14,8	4,4	212	№33
	Кисель	200	0.2	-	32.6	132.6	№648
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.2	52.2	№1
<b>Итого за обед</b>		<b>790</b>	<b>230,19</b>	<b>27,79</b>	<b>84,87</b>	<b>700.03</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1250</b>	<b>240,36</b>	<b>45,85</b>	<b>140,68</b>	<b>1151,54</b>	
<b>Неделя 2</b>							
<b>День 1</b>							
<b>Завтрак</b>	Каша рисовая молочная с маслом	220/5	6,6	11,935	47,19	323,4	№311
	Бутерброд с сыром	30/20	5.8	8.3	14.5	157	№3
	Чай с сахаром	200	0.53	-	9.87	41.6	№299
<b>Итого за завтрак</b>		<b>475</b>	<b>12,92</b>	<b>20,24</b>	<b>71,56</b>	<b>522</b>	
<b>Обед</b>	Суп вермишелевый на курином бульоне	250	2.7	25.2	0.81	116	№143
	Сосиска отварная с гречневой кашей ,с помидором	50/180/20	4.51	7.35	0.36	27.7	№23
	Кофейный напиток	0	0.46	76,92	0.74	697,56	№219
	Хлеб ржаной	200	3.6	2.67	29.2	155.2	№286
		30	1.98	0.36	10.2	52.2	№1
<b>Итого за обед</b>		<b>730</b>	<b>13.25</b>	<b>112,5</b>	<b>41.31</b>	<b>1048,76</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1205</b>	<b>26,17</b>	<b>132,74</b>	<b>112,87</b>	<b>1570,76</b>	
<b>День 2</b>							
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с маслом	30/10	2.34	8.49	14.84	145.3	№61
	Каша овсяная молочная	220	7,3	9,57	31,1	240,55	№405
		200	3.78	0.67	26	125.1	№269

	Какао						
<b>Итого за завтрак</b>		<b>460</b>	<b>13,42</b>	<b>18,73</b>	<b>71,94</b>	<b>489.08</b>	
<b>Обед</b>	Борщ обыкновенный с картофелем со сметаной	250/25/1 0	1.8	4,9	125,25	102,5	№66
	Котлета Домашняя с рисом отварным	80/180	8 4,4	20 6,5	3.2 44,0	189.76 252,1	№30 №299
	Чай с сахаром	200	0.53	-	9.87	41.6	№1
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.2	52.2	
<b>Итого за обед</b>		<b>775</b>	<b>16,71</b>	<b>31,76</b>	<b>192,52</b>	<b>638,16</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1235</b>	<b>30,13</b>	<b>50,49</b>	<b>264,46</b>	<b>1127,24</b>	
<b>День 3</b>							
<b>Завтрак</b>	Бутерброд с маслом	30/10	2.34	8.49	14.84	145.3	№61
	Каша манная молочная	220 200	6.82 0.53	8,86 -	34.2 9.87	244.22 41.6	№107 №299
	Чай с сахаром						
<b>Итого за завтрак</b>		<b>460</b>	<b>9.69</b>	<b>17.35</b>	<b>58,91</b>	<b>408.92</b>	
<b>Обед</b>	Суп гороховый с курицей	250	9	3.9	20.7	153.9	№36
	Рыба жареная (минтай)с картофельным пюре	100/180	10,9 3.67	10.57 5,76	3.14 24,54	151.43 164,7	№33 №241
	Компот из свежих яблок	200	0.16	0.16	23.88	97.6	№861
	Бутерброд с сыром	30/20	5.8 0.53	8.3 -	14.5 9.87	157 41.6	№3 №299
<b>Итого за обед</b>		<b>780</b>	<b>30.6</b>	<b>28.69</b>	<b>96.63</b>	<b>766.23</b>	
<b>Итого за день</b>		<b>1240</b>	<b>39.75</b>	<b>46.04</b>	<b>155.54</b>	<b>1175.15</b>	
<b>День 4</b>							
<b>Завтрак</b>	Омлет запеченный смешанный с зеленым горошком	160/50	14.87 0.4	26.48 0.05	30.4 1.25	308.97 7.05	№340
	Бутерброд с маслом сливочным	30/10	2.34	8.49	14.84	145.3	№61
	Чай с лимоном	200	0.53	-	9.87	41.6	№299
<b>Итого за завтрак</b>		<b>450</b>	<b>18.14</b>	<b>23.02</b>	<b>56.36</b>	<b>502.92</b>	

<b>Обед</b>	Щи из св. капусты с курицей	250	2.09	6.1	7.55	93.7	№82
	Макаронь отварн.	180	6,62	6.36	42.4	253.32	№227
	Сосиска Сливочная	80	5.44	9.76	36.48	260.8	№23
	Кисель из концентрата	200	0.2	-	32.6	132	№648
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.2	52.2	№1
<b>Итого за обед</b>		740	<b>14.29</b>	<b>18.92</b>	<b>115.55</b>	<b>792.02</b>	
<b>Итого за день</b>		1190	<b>21.99</b>	<b>35.95</b>	<b>134.21</b>	<b>1294.94</b>	
<b>День 5</b>							
<b>Завтрак</b>	Макаронь запеченные с сыром и яйцом	150	6.76	11.43	21.61	216	№248
	Бутерброд с маслом	30/10 200	2.34 2.7	8.49 25.2	14.84 0.81	145.3 116	№61 №286
	Кофейный напиток						
	<b>Итого за завтрак</b>		390	<b>11.8</b>	<b>45.12</b>	<b>37.26</b>	<b>477.3</b>
<b>Обед</b>	Суп картофельный с рыб. консервам	250	7.06	12.68	16.46	208.11	№78
	Голень куриная запеченная с картофельным пюре	100/180	24.26 7.34	29.62 11.52	4 49.08	380 329.94	№241
	Чай с сахаром и лимоном	200	0.53	-	9.87	41.6	№299
	Хлеб ржаной	30	1.98	0.36	10.2	52.2	№1
	<b>Итого за обед</b>		760	<b>25.37</b>	<b>33.61</b>	<b>63.07</b>	<b>1011.85</b>
<b>Итого за день</b>		1150	<b>37.17</b>	<b>78.73</b>	<b>100.33</b>	<b>1489.15</b>	